

## PROGRAMMATION

Mars 2021

Activités pour vous qui avez des difficultés liées à la santé mentale

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1	2	3	4 13h30–14h30 Café rencontre « La boîte à parole »	5
8	9 9h30-10h30 Atelier d'informatique : Création et utilisation d'une adresse courriel avec Marc Turbide	10 13h30 -14h30 Relaxation	11 13h30-15h Atelier de poterie (assiette) avec Annie-Cécile Tremblay	12 13h-14h Atelier d'écriture avec Suzanne Richard
15 13h30-15h Atelier de création « La musique dessinée » avec Caroline Phaneuf et Sven Meier	16 9h30-10h30 Atelier d'informatique : Utilisation de la plateforme Zoom avec Marc Turbide	17 13h30-14h30 Chasse au trésor par Zoom	18 13h30- 14h30 Marche ***Si mauvais temps, on marche au Centre Multisports	19
22	23 9h30-10h30 Atelier d'informatique : Notion de base sur Facebook avec Marc Turbide	24 13h30-14h30 Café rencontre « Le sommeil »	25 13h30-15h Atelier de poterie (le pot pincé) avec Annie-Cécile Tremblay	26 13h-14h Atelier d'écriture avec Suzanne Richard
29	30 9h30-10h30 Atelier d'informatique : Distinguer une vrai nouvelle d'une fausse avec Marc Turbide	31		

**\*La programmation pourra être modifiée selon l'évolution de la pandémie.\***

**Les places étant limitées, l'inscription aux activités est obligatoire.**

Afin d'assurer le respect des mesures sanitaires, nous vous demandons de :

- Procéder au lavage des mains dès votre arrivée et à votre départ
- Porter le masque dans vos déplacements dans les locaux
- Demeurer à la maison en cas de symptômes apparentés à la COVID-19

Heures d'ouverture :

Lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h.  
\*Disponibles pour des rencontres individuelles.\*

Information ou inscription : 418-986-6456 ou au  
401-330 chemin principal, Cap-aux-Meules,  
www.eclaircie.ca